



WaldAtmen

DER LEBENSGARTEN
IM SOMMER



Und dann sah ich
vor lauter Bäume
den Wald nicht mehr
.....und begann wieder achtsam zu atmen.

**Wann hast du das letzte Mal bewusst geatmet?
Wann hast du das letzte Mal im Wald bewusst und achtsam deine
Umgebung und DICH selbst wahrgenommen?**

- WANN? JEDEN **MITTWOCH** VON **7.30 – 9.00 UHR**:
5. 12. 19. 26. JULI 2. 9. 16. 23. 30. AUGUST
OFFENE GRUPPE, ANMELDUNG BIS DIENSTAG (VORTAG)
18.00 UHR. (BEI SCHLECHTWETTER ENTFÄLLT ES – DIES WIRD
EBENFALLS BIS DIENSTAG (VORTAG) 18.00 UHR MITGETEILT)
- WO? TREFFPUNKT 7.30 UHR IN DER NAIF (STRASSE NACH HAFLING)
TALSTATION SEILBAHN MERAN 2000 PARKPLATZ
- WIEVIEL? 15€/EINHEIT
- MIT?



Andrea Hemetsberger -
dipl. Krankenpflegerin und seelische Begleiterin
ZUHÖREN – GEMEINSAM WEITERGEHEN –
VERSTÄNDNISVOLL

UND



Anita Kröss - Pranabegleiterin
DIE KRAFT DER HÄNDE – EINFACH
UNMITTELBAR, SANFT

ANMELDUNG BEI
ANDREA (331 3560777)
ANITA (347 8807531)
www.lebensgarten.it

WIR FREUEN UNS DIR IM WALD ZU BEGEGNEN!